

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Киселевского городского округа детский сад №41 комбинированного вида  
(детский сад 41)

ПРИНЯТ:  
на Педагогическом совете  
24 августа 2022г.



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий детским садом 41  
Алексеева О.М.

Приказ № 86/1 от 24.08.2022 г.

**Рабочая программа**  
**по образовательной области «Физическое развитие» (плавание)**  
**для детей 4-5 лет**

Составитель: инструктор  
по физической культуре  
Эзау Г.А.

Киселевский городской округ 2022 г.

## Содержание

### I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы	6
1.1.2. Принципы и подходы к формированию основной образовательной программы дошкольного образования	8
1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы, характеристики особенностей развития воспитанников (4-5 лет)	11
1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной области «Физическое развитие» (плавание)	15

### II. Содержательный раздел

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития воспитанника, представленными в пяти образовательных областях (4 - 5 лет)	16
2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	19
2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов культурных практик	23
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы	27
2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	29
2.6. Иные характеристики содержания основной образовательной программы дошкольного образования	32

### III. Организационный раздел

3.1. Материально – техническое обеспечение основной образовательной программы дошкольного образования	35
3.2. Режим дня	37
3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	41
3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	43
Приложение	49

## **I. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дошкольный возраст является важнейшим этапом в физическом развитии ребенка. Именно в это время интенсивно формируется и происходит становление важнейших систем организма.

Плавание, как вид физических упражнений, способствует поддержанию достигнутого ребенком уровня здоровья, обеспечению достаточного уровня активности, увеличению функциональных резервов детского организма.

Обеспечение начального обучения плаванию дошкольников представляет одну из самых важных целей в области физического воспитания – это залог безопасности на воде, а значит и уменьшение несчастных случаев, в которых оказывается большой процент детей.

Данная программа разработана на основе ООП МБДОУ № 41 и программы Т.И.Осокиной «Обучение плаванию в детском саду» в соответствии с ФГОС. Реализуемая программа построена на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми, в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ, ст.43, 72.
- Конвенция о правах ребёнка (1989 г.).
- Федеральный закон «Об образовании в РФ».
- СанПиН 2.4.1.3049 – 13
- Устав ДОУ
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-Ф
- Федеральный закона “Об образовании в Российской Федерации” ст. 48, ч.1, п.1
- ФГОС ДО (приказ от 17.10.13 г.)

В основе программы лежит принцип современной российской системы образования - непрерывность, которая на этапах дошкольного и школьного детства обеспечивается тесной координацией действий трех социальных институтов – семьи, детского сада и школы. Данная рабочая программа реализует идею объединения усилий родителей и педагогов для успешного решения оздоровительных и воспитательно-образовательных задач по основным направлениям развития ребенка.

Программа обеспечивает единство целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, строится с учетом принципа интеграции, что позволяет гармонизировать воспитательно-образовательный процесс и гибко его планировать, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Организация обучения плаванию в детском саду осуществляется в комплексе со всеми разнообразными формами физкультурно-оздоровительной работы, так как, только сочетание занятий в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья. Задачей занятий по плаванию является не только обучение детей плаванию и умению преодолевать чувство страха и боязнь глубины, но и закаливание организма детей. Успешность обучения дошкольников плаванию и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко будут соблюдены все основные требования к его организации, обеспечены меры безопасности, выполнены необходимые санитарно-гигиенические правила.

Содержание программы составляют физические упражнения, игры и игровые упражнения, освоение которых помогают детям научиться основным навыкам плавания.

Программа ориентирована на воспитание у детей осознанного и бережного отношения к своему здоровью, формирование основ здорового образа жизни, знакомство с элементарными правилами безопасного поведения на воде, поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, стремление к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться плавать.

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса по реализации образовательной области «Физическое развитие» (обучение детей плаванию).

### **1.1.1.Цели и задачи реализации рабочей программы**

#### **Цель программы.**

Ведущая цель программы - создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников в процессе обучения плаванию.

#### **Задачи программы.**

##### **Оздоровительные:**

- укреплять здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать работоспособность организма;
- расширять спектр двигательных умений и навыков в воде;
- развивать творческое самовыражение в игровых действиях в воде.

##### **Образовательные:**

- формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- учить плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.).

##### **Воспитательные:**

- воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
- формировать стойкие гигиенические навыки;

- формировать потребность к здоровому образу жизни, устойчивый интерес к занятиям по плаванию;
- способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движений в воде.

**Ожидаемые результаты:**

- укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости;
- расширение адаптивных возможностей детского организма;
- повышение показателей физического развития детей;
- расширение спектра двигательных умений и навыков в воде;
- формирование основных плавательных навыков;
- развитие творческого потенциала и личностного роста ребёнка;
- развитие эмоционального и двигательного раскрепощения в воде, проявления чувства радости и удовольствия от движения;
- формирование нравственно-волевых качеств.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию основной образовательной программы дошкольного образования**

**Программа построена на следующих принципах:**

1. *Поддержка разнообразия детства.* Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Дошкольное образовательное учреждение выстраивает образовательную деятельность с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.

2. *Сохранение уникальности и самоценности детства.* Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.

3. *Позитивная социализация ребенка* предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.

4. *Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия* взрослых (родителей, законных представителей), педагогических и иных работников ДОУ) и детей.

5. *Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.* Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых в реализации программы.



6. *Сотрудничество ДОУ с семьей.* Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе.

7. *Индивидуализация дошкольного образования* предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности.

8. *Возрастная адекватность образования.* Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей.

9. *Развивающее вариативное образование.* Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей.

### **Подходы к формированию Программы следующие:**

1. *Системный подход.* Относительно самостоятельные компоненты рассматриваются как совокупность взаимосвязанных компонентов: цели образования, субъекты педагогического процесса: педагог и воспитанник, содержание образования, методы, формы, средства педагогического процесса.

2. *Личностно-ориентированный подход.* Личность как цель, субъект, результат и главный критерий эффективности педагогического процесса. Для развития личности создаются условия для саморазвития задатков и творческого потенциала.

3. *Деятельностный подход.* Деятельность – основа, средство и условие развития личности, это целесообразное преобразование модели

окружающей действительности, заключающаяся в выборе, и организация деятельности ребенка с позиции субъекта познания труда и общения (активность самого).

4. *Индивидуальный подход* заключается в поддержке индивидуальных особенностей каждого ребенка.

5. *Аксиологический (ценностный) подход* предусматривает организацию воспитания на основе определенных ценностей, которые, с одной стороны, становятся целью и результатом воспитания, а с другой – его средством.

6. *Компетентностный подход*. Основным результатом образовательной деятельности становится формирование основ компетентностей как постоянно развивающейся способности воспитанников самостоятельно действовать при решении актуальных проблем, т.е. быть готовым: решать проблемы в сфере учебной деятельности; объяснять явления действительности, их сущность, причины, ориентироваться в проблемах современной жизни; решать проблемы, связанные с реализацией определённых социальных ролей.

7. *Культурологический подход* – методологическое основание процесса воспитания, предусматривающее опору в обучении и воспитании на национальные традиции народа, его культуру и этнические особенности.

### **1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы, характеристики особенностей развития воспитанников (4-5 лет)**

Дети 4—5 лет все еще не осознают социальные нормы и правила поведения, однако у них уже начинают складываться обобщенные представления о том, как надо и не надо себя вести. Как правило, к пяти годам дети без напоминания взрослого здороваются и прощаются, говорят «спасибо» и «пожалуйста», не перебивают взрослого, вежливо обращаются к нему. Кроме того, они могут по собственной инициативе убирать игрушки, выполнять простые трудовые обязанности, доводить дело до конца. В этом возрасте у детей появляются представления о том, как положено себя вести девочкам и как — мальчикам. Дети хорошо выделяют несоответствие нормам и правилам не только в поведении другого, но и в своем собственном. Таким образом, поведение ребенка 4—5 лет не столь импульсивно и непосредственно, как в 3—4 года, хотя в некоторых ситуациях ему все еще требуется напоминание взрослого или сверстников о необходимости придерживаться тех или иных норм и правил.

В этом возрасте детьми хорошо освоен алгоритм процессов умывания, одевания, купания, приема пищи, уборки помещения. Дошкольники знают и используют по назначению атрибуты, сопровождающие эти процессы: мыло, полотенце, носовой платок, салфетку, столовые приборы. Уровень освоения культурно-гигиенических навыков таков, что дети свободно переносят их в сюжетно-ролевую игру.

К 4—5 годам ребенок способен элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

Дети имеют дифференцированное представление о собственной гендерной принадлежности, аргументируют ее по ряду признаков («Я мальчик, я ношу брючки, а не платица, у меня короткая прическа»). К пяти годам дети имеют представления об особенностях наиболее

распространенных мужских и женских профессий, о видах отдыха, специфике поведения в общении с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах.

К четырем годам основные трудности в поведении и общении ребенка с окружающими, которые были связаны с кризисом трех лет (упрямство, строптивость, конфликтность и др.), постепенно уходят в прошлое, и любознательный ребенок активно осваивает окружающий его мир предметов и вещей, мир человеческих отношений. Лучше всего это удается детям в игре. Дети 4—5 лет продолжают проигрывать действия с предметами, но теперь внешняя последовательность этих действий уже соответствует реальной действительности: ребенок сначала режет хлеб и только потом ставит его на стол перед куклами (в раннем и в самом начале дошкольного возраста последовательность действий не имела для игры такого значения). В игре дети называют свои роли, понимают условность принятых ролей. Происходит разделение игровых и реальных взаимоотношений. В 4—5 лет сверстники становятся для ребенка более привлекательными и предпочитаемыми партнерами по игре, чем взрослый.

В возрасте от 4 до 5 лет продолжается усвоение детьми общепринятых сенсорных эталонов, овладение способами их использования и совершенствование обследования предметов. К пяти годам дети, как правило, уже хорошо владеют представлениями об основных цветах, геометрических формах и отношениях величин. Ребенок уже может произвольно наблюдать, рассматривать и искать предметы в окружающем его пространстве. Восприятие в этом возрасте постепенно становится осмысленным, целенаправленным и анализирующим.

В среднем дошкольном возрасте связь мышления и действий сохраняется, но уже не является такой непосредственной, как раньше. Во многих случаях не требуется практического манипулирования с объектом, но во всех случаях ребенку необходимо отчетливо воспринимать и наглядно представлять этот объект. Внимание становится все более

устойчивым, в отличие от возраста трех лет (если ребенок пошел за мячом, то уже не будет отвлекаться на другие интересные предметы). Важным показателем развития внимания является то, что к пяти годам появляется действие по правилу — первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами: настольные (лото, детское домино) и подвижные (прятки, салочки). В среднем дошкольном возрасте интенсивно развивается память ребенка. В 5 лет он может запомнить уже 5—6 предметов (из 10—15), изображенных на предъявляемых ему картинках.

В возрасте 4—5 лет преобладает репродуктивное воображение, воссоздающее образы, которые описываются в стихах, рассказах взрослого, встречаются в мультфильмах и т. д. Элементы продуктивного воображения начинают складываться в игре, рисовании, конструировании.

В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками. Дети продолжают сотрудничать со взрослыми в практических делах (совместные игры, поручения), наряду с этим активно стремятся к интеллектуальному общению, что проявляется в многочисленных вопросах (почему? зачем? для чего?), стремлении получить от взрослого новую информацию познавательного характера.

Возможность устанавливать причинно-следственные связи отражается в детских ответах в форме сложноподчиненных предложений. У детей наблюдается потребность в уважении взрослых, их похвале, поэтому на замечания взрослых ребенок пятого года жизни реагирует повышенной обидчивостью. Общение со сверстниками по-прежнему тесно переплетено с другими видами детской деятельности (игрой, трудом, продуктивной деятельностью), однако уже отмечаются и ситуации чистого общения.

Для поддержания сотрудничества, установления отношений в словаре детей появляются слова и выражения, отражающие нравственные

представления: слова участия, сочувствия, сострадания. Стремясь привлечь внимание сверстника и удержать его в процессе речевого общения, ребенок учится использовать средства интонационной речевой выразительности: регулировать силу голоса, интонацию, ритм, темп речи в зависимости от ситуации общения. В процессе общения со взрослыми дети используют правила речевого этикета: слова приветствия, прощания, благодарности, вежливой просьбы, утешения, сопереживания и сочувствия. Речь становится более связной и последовательной.

С нарастанием осознанности и произвольности поведения, постепенным усилением роли речи (взрослого и самого ребенка) в управлении поведением ребенка становится возможным решение более сложных задач в области безопасности. Но при этом взрослому следует учитывать несформированность волевых процессов, зависимость поведения ребенка от эмоций, доминирование эгоцентрической позиции в мышлении и поведении.

В художественной и продуктивной деятельности дети эмоционально откликаются на произведения музыкального и изобразительного искусства, художественную литературу, в которых с помощью образных средств переданы различные эмоциональные состояния людей, животных, сказочных персонажей. Дошкольники начинают более целостно воспринимать сюжеты и понимать образы.

## **1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной области «Физическое развитие» (плавание)**

К средней группе дети уже достаточно освоились в воде. Начинается новый этап: приобретение навыков плавания, таких как ныряние, лежание, скольжение, прыжки в воду, контролируемое дыхание, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно. Обучение нацелено на формирование умения находиться в воде в безопорном положении. Двигательные навыки, приобретенные в младшем возрасте, закрепляются. Упражнения усложняются, начинается применение плавательных и физических упражнений в воде. Повышаются требования к самостоятельности, организованности.

*К концу года дети должны уметь:*

- держаться на поверхности воды: всплывать, лежать, скользить;
- выполнять выдохи в воду в горизонтальном положении тела;
- выполнять движения ногами, как при плавании способом «кроль» на груди и спине с подвижной опорой (плавательная доска);
- пытаться выполнить упражнения «Звездочка», «Медуза», «Поплавок».

*Дети должны понимать:*

- элементарные правила безопасного поведения в бассейне;
- названия плавательных упражнений, способов плавания;
- название плавательного инвентаря для обучения.

## II. Содержательный раздел

### 2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития воспитанника, представленными в пяти образовательных областях (4 - 5 лет)

Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений, занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования и пр.

Образовательная деятельность по обучению плаванию детей от 4 до 5 лет реализуется в соответствии с направлениями развития ребенка в пяти образовательных областях:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Образовательная область	Задачи
«Физическое развитие»	Содействовать гармоничному физическому развитию детей. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к плаванию.



	<p>Развивать интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения.</p> <p>Формировать осторожное и осмотрительное отношение к потенциально опасным для человека ситуациям.</p> <p>Совершенствовать умения правильно совершать процесс принятия душа при незначительном участии взрослого.</p> <p>Развивать умения одеваться и раздеваться при участии взрослого, стремясь к самостоятельным действиям.</p> <p>Развивать умения отражать в повседневной жизни и играх культурно –гигиенические навыки и правила здоровьесберегающего и безопасного поведения при участии взрослого.</p>
«Социально – коммуникативное развитие»	<p>Помогать детям открывать новые возможности игрового отражения мира.</p> <p>Развивать игровой опыт каждого ребенка.</p> <p>Пробуждать интерес к творческим проявлениям в игре и игровому общению со сверстниками.</p> <p>Стимулировать эмоциональное содержательное общение ребенка со взрослым.</p>
«Речевое развитие»	<p>Развивать умение понимать обращенную речь.</p> <p>Обогащать словарь детей за счет расширения представлений о людях, предметах, объектах природы ближайшего окружения, их действиях, ярко выраженных свойствах и качествах</p> <p>Игры.«Дождик», «Карусель», «Мячики», «Змейка», «Паровозик», «Каракатица», «Крокодил»,</p>

	«Мельница», «Стрела».
«Познавательное развитие»	<p>Поддерживать и развивать интерес детей к совместной деятельности со взрослым и самостоятельному обследованию предметов, разнообразным действиям с ними.</p> <p>Формировать знания о назначении предметов ближайшего окружения, о способах их использования.</p> <p>Развитие пространственных ориентировок.</p> <p>Ознакомление детей со свойствами воды.</p>
«Художественно – эстетическое развитие»	<p>Использование музыкальных произведений, музыкального сопровождения различных видов детской деятельности и двигательной активности: на зарядке, на разминках, на спортивных развлечениях.</p>

## **2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников**

Реализация рабочей программы обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям Стандарта и выбираемых педагогом с учетом многообразия конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации рабочей программы, возраста воспитанников, состава групп, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей).

Любые формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы должны осуществляться с учетом базовых принципов Стандарта и раскрытых в разделе 1.1.2 принципов и подходов программы, то есть должны обеспечивать активное участие ребенка в образовательном процессе в соответствии со своими возможностями и интересами, личностно - развивающий характер взаимодействия и общения и др.

Формы реализации рабочей программы (организационные формы) — это внешнее выражение согласованной деятельности педагога и воспитанников, осуществляемой в определенном порядке и режиме. Они имеют социальную обусловленность, возникают и совершенствуются в связи с развитием дидактических систем.

Средства реализации рабочей программы (средства обучения) – это материальные объекты и предметы естественной природы, а также искусственно созданные человеком, используемые в учебно-воспитательном процессе в качестве носителей учебной информации и инструмента деятельности педагога и воспитанников для достижения поставленных целей обучения, воспитания и развития.

<b>Формы реализации рабочей программы</b>	<b>Методы реализации рабочей программы</b>	<b>Средства реализации рабочей программы</b>
<p><b>Физкультурно-оздоровительная работа</b></p> <p>Утренняя гимнастика</p> <p>Двигательная разминка</p> <p>Физкультминутка</p> <p>Оздоровительный бег</p> <p>Индивидуальная работа по развитию движений</p> <p>Прогулки-походы в лес</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p> <p><b>Физкультурные занятия</b></p> <p>По физической культуре</p> <p>По плаванию</p> <p><b>Самостоятельные занятия</b></p> <p>Самостоятельная двигательная деятельность</p> <p><b>Физкультурно-массовые занятия</b></p> <p>Неделя здоровья</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурно-</p>	<p><b>Наглядно-зрительные</b></p> <p>Показ физических упражнений, использование наглядных пособий, Имитация, зрительные ориентиры</p> <p><b>Наглядно-слуховые</b></p> <p>Музыка, песни</p> <p><b>Тактильно-мышечные</b></p> <p>Непосредственная помощь воспитателя</p> <p><b>Словесный</b></p> <p>Объяснения, пояснения, указания</p> <p>Подача команд, распоряжений, сигналов</p> <p>Вопросы к детям</p> <p>Образный сюжетный рассказ, беседа</p> <p>Словесная инструкция</p> <p><b>Практический</b></p> <p>Повторение упражнений без изменения и с изменениями</p>	<p>Гигиенические факторы</p> <p>Физические упражнения</p> <p>пляски, танцы</p> <p>Различные виды детской деятельности</p>

<p>спортивные праздники на открытом воздухе и на воде</p> <p>Игры-соревнования между возрастными группами</p> <p><b>Дополнительные виды занятий</b></p> <p>Спортивные кружки</p> <p><b>Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи</b></p> <p>Физкультурные занятия детей совместно с родителями в дошкольном учреждении</p> <p>Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях</p>	<p>Проведение упражнений в игровой форме;</p> <p>Проведение упражнений в соревновательной форме;</p>	
--	--	--

**Здоровьесберегающие технологии, обеспечивающие сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников**

*Медико-профилактические технологии:*

- организация мониторинга здоровья дошкольников;
- организация и контроль питания детей;

- физического развития дошкольников;
- закаливание;
- организация профилактических мероприятий;
- организация обеспечения требований СанПиНов;
- организация здоровьесберегающей среды.

*Физкультурно-оздоровительные технологии:*

- развитие физических качеств, двигательной активности;
- становление физической культуры детей;
- дыхательная гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки;
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

**В части, формируемой участниками образовательных отношений,** в группах (от 2 до 7 лет) реализуются парциальные программы «Обучение плаванию в детском саду» Т.И. Осокина; «Морская звезда» Рыбак М.В.

### **2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

Особенностью организации образовательной деятельности является ситуационный подход.

Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, т. е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия воспитателя и ребенка. Такие продукты могут быть как материальными (рассказ, рисунок, поделка, коллаж, экспонат для выставки), так и нематериальными (новое знание, образ, идея, отношение, переживание). Ориентация на конечный продукт определяет технологию создания образовательных ситуаций.

Преимущественно образовательные ситуации носят комплексный характер и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании. Образовательные ситуации используются в процессе непосредственно образовательной деятельности. Главными задачами таких образовательных ситуаций является:

- формирование у детей новых умений в разных видах деятельности и представлений;
- обобщение знаний по теме, развитие способности рассуждать и делать выводы.

Педагог создает разнообразные образовательные ситуации, побуждающие детей применять свои знания и умения, активно искать новые пути решения возникшей в ситуации задачи, проявлять эмоциональную отзывчивость и творчество. Организованные

инструктором образовательные ситуации ставят детей перед необходимостью понять, принять и разрешить поставленную задачу. Активно используются игровые приемы, разнообразные виды наглядности, в том числе схемы, предметные и условно-графические модели. Назначение образовательных ситуаций состоит в систематизации, углублении, обобщении личного опыта детей, в освоении новых, более эффективных способов познания и деятельности, в осознании связей и зависимостей, которые скрыты от детей в повседневной жизни и требуют для их освоения специальных условий. Успешное и активное участие в образовательных ситуациях подготавливает детей к будущему школьному обучению. Воспитатель широко использует также ситуации выбора (практического и морального) ситуации. Предоставление дошкольникам реальных прав практического выбора средств, цели, задач и условий своей деятельности создает почву для личного самовыражения и самостоятельности.

Образовательные ситуации могут «запускать» инициативную деятельность детей через постановку проблемы, требующей самостоятельного решения, через привлечение внимания детей к материалам для экспериментирования и исследовательской деятельности, для продуктивного творчества.

Ситуационный подход дополняет принцип продуктивности образовательной деятельности, который связан с получением какого-либо продукта. Принцип продуктивности ориентирован на развитие субъектности ребенка в образовательной деятельности разнообразного содержания. Этому способствуют современные способы организации образовательного процесса с использованием детских проектов, игр-оболочек и игр-путешествий, коллекционирования, экспериментирования, ведение детских дневников и журналов, создания спектаклей-коллажей и многое другое.



**Игровая деятельность** является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста. В младшей и средней группах детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач. В сетке непосредственно образовательной деятельности игровая деятельность не выделяется в качестве отдельного вида деятельности, так как она является основой для организации всех других видов детской деятельности. Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах - это дидактические и сюжетно-дидактические, развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды и пр. При этом обогащение игрового опыта творческих игр детей тесно связано с содержанием непосредственно организованной образовательной деятельности. Организация сюжетно-ролевых, режиссерских, театрализованных игр и игр-драматизаций осуществляется преимущественно в режимных моментах (в утренний отрезок времени и во второй половине дня).

**Коммуникативная деятельность** направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения и этикета, воспитание толерантности, подготовки к обучению грамоте (в старшем дошкольном возрасте). В плане непосредственно образовательной деятельности она занимает отдельное место, но при этом коммуникативная деятельность включается во все виды детской деятельности, в ней находит отражение опыт, приобретаемый детьми в других видах деятельности.

**Познавательно-исследовательская деятельность** включает в себя широкое познание детьми объектов живой и неживой природы, предметного и социального мира (мира взрослых и детей, деятельности людей, знакомство с семьей и взаимоотношениями людей, городом,

страной и другими странами), безопасного поведения, освоение средств и способов познания (моделирования, экспериментирования), сенсорное и математическое развитие детей.

**Восприятие художественной литературы и фольклора** организуется как процесс слушания детьми произведений художественной и познавательной литературы, направленный на развитие читательских интересов детей, развитие способности восприятия литературного текста и общения по поводу прочитанного. Чтение может быть организовано как непосредственно чтение (или рассказывание сказки) воспитателем вслух, и как прослушивание аудиозаписи.

**Конструирование и изобразительная деятельность детей** представлена разными видами художественно-творческой (рисование, лепка, аппликация) деятельности. Художественно-творческая деятельность неразрывно связана со знакомством детей с изобразительным искусством, развитием способности художественного восприятия. Художественное восприятие произведений искусства существенно обогащает личный опыт дошкольников, обеспечивает интеграцию между познавательно-исследовательской, коммуникативной и продуктивной видами деятельности.

**Музыкальная деятельность** организуется в процессе музыкальных занятий, которые проводятся музыкальным руководителем в специально оборудованном помещении.

**Двигательная деятельность** организуется в процессе занятий физической культурой.

#### **2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы**

В образовательном процессе ребёнок и взрослые выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослые определяют содержание, задачи, способы их реализации, а ребёнок творит себя и свою природу, свой мир.

Детям предоставляется широкий спектр специфических для дошкольников видов деятельности, выбор которых осуществляется при участии взрослых с ориентацией на интересы, способности ребёнка.

Ситуация выбора важна для дальнейшей социализации ребёнка, которому предстоит во взрослой жизни часто сталкиваться с необходимостью выбора. Задача педагога в этом случае - помочь ребёнку определиться с выбором, направить и увлечь его той деятельностью, в которой, с одной стороны, ребёнок в большей степени может удовлетворить свои образовательные интересы и овладеть определёнными способами деятельности, с другой - педагог может решить собственно педагогические задачи. Обязательным условием взаимодействия педагога с ребёнком является создание развивающей предметно-пространственной среды, насыщенной социально значимыми образцами деятельности и общения, способствующей формированию таких качеств личности, как: активность, инициативность, доброжелательность и др. Важную роль здесь играет сезонность и событийность образования дошкольников. Чем ярче будут события, происходящие в детской жизни, тем больше вероятность того, что они найдут отражение в деятельности ребёнка, в его эмоциональном развитии.

Уникальная природа ребёнка дошкольного возраста может быть охарактеризована как деятельностная. Включаясь в разные виды деятельности, ребёнок стремится познать, преобразовать мир самостоятельно за счёт возникающих инициатив.

Все виды деятельности, предусмотренные рабочей программой, используются в равной степени и моделируются в соответствии с теми

задачами, которые реализует инструктор в совместной деятельности. Инструктору важно владеть способами поддержки детской инициативы.

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к их попыткам внимательно, с уважением;
- обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеваться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь, двигаться, танцевать под музыку;
- создавать условия, обеспечивающие детям возможность конструировать из различных материалов себе "дом", укрытие для сюжетных игр;
- при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глаза на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
- не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;
- обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Руководство игрой проводить опосредованно (прием телефона, введения второстепенного героя, объединения двух игр);
- привлекать детей к украшению группы к различным мероприятиям, обсуждая разные возможности и предложения;
- побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день, опираться на их желание во время занятий;
- читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

## **2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе. Семья и дошкольное учреждение составляют целостную социокультурную образовательную среду для наиболее успешного развития и социализации детей дошкольного возраста. Взаимодействие с родителями инструктор строит в соответствии с индивидуальными особенностями каждой семьи, их интересами и потребностями.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников - консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье.

Задачи инструктора по взаимодействию с семьями воспитанников:

- способствовать повышению компетентности родителей (законных представителей) в вопросах физического развития детей, охраны и укрепления их физического и психического здоровья, развития их индивидуальных способностей;
- расширить знания родителей о физических умениях и навыках их детей;
- способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.

С целью выстраивания партнерских отношений и укрепления доверия с семьями воспитанников инструктор использует язык открытой коммуникации (активное слушание, безоценочные высказывания, уместный комплимент, улыбка и т.п.). Особенно это важно в

эмоционально напряженных ситуациях общения с родителями, в случаях разногласий в решении проблем, затруднений и отклонений в развитии ребенка, в общении с родителями детей, имеющих ограниченные возможности здоровья. Инструктор предоставляет родителям возможность быть в полной мере информированными об успешности его развития во время образовательной деятельности по плаванию. Для этого активно используются различные формы и методы взаимодействия с семьями.

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре (плавание) и семьи**

#### **Перспективный план проведения консультаций с родителями.**

Месяц	средняя группа	Форма проведения
Сентябрь	«На занятие в бассейн! Как подготовить ребенка»	Общее родительское собрание
Октябрь	«Роль родителей в воспитании здорового ребёнка»	Инд.консультация
Ноябрь	«Организация начального обучения плаванию малышей»	Инд. консультация
Декабрь	«Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки»	Инд. консультация
Январь	«Физическое воспитание в семье»	Инд. консультация
Февраль	«В здоровом теле - здоровый дух»	Инд. консультация
Март	«Плавание - средство воспитания дошкольников»	Папка-передвижка
Апрель	«Комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: вода, воздух, солнце»	Инд. консультация
Май	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах»	Общее родительское собрание

#### **Планируемые результаты сотрудничества инструктора с семьями воспитанников:**

- сформированность у родителей представлений о содержании педагогической деятельности;

- овладение родителями практическими умениями и навыками воспитания и обучения детей дошкольного возраста;
- формирование устойчивого интереса родителей к активному взаимодействию с учреждением.

## **2.6. Иные характеристики содержания основной образовательной программы дошкольного образования**

### **Особенности адаптации ребенка к условиям водной среды**

Вопрос адаптации малышей к занятиям по плаванию является актуальным и волнующим ежегодно при новом поступлении детей в детский сад. Для успешного решения задачи в детском саду созданы благоприятные условия: оборудован бассейн, включающий раздевалку, душевые. В бассейне имеется богатый арсенал пособий, игрушек разного вида, спасательного инвентаря: круги. Акватория бассейна для малыша - это иная среда обитания, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребёнка, поэтому для избавления от детских страхов и общего привыкания к воде необходим адаптационный период. Особо следует отметить, что ребёнка чаще пугает не сама вода, а её обилие.

К критериям адаптации относят поведенческие реакции, уровень нервно- психического развития, заболеваемость.

Выделено три степени адаптации: лёгкая, средняя, тяжёлая.

Лёгкая: ребёнок не боится воды; с удовольствием идёт на занятие; активен; быстро заходит в воду; посещает все занятия.

Средняя: ребёнок проявляет слабую активность; испытывает лёгкую тревожность, заходит в воду не сразу; редко пропускает занятия по болезни. Тяжёлая: ребёнок боится воды; отказывается от занятий; проявляет невротические реакции; неактивен, медленно заходит в воду; часто пропускает занятия по болезни.

Ребёнок, который после 10 занятий с желанием идёт на плавание, охотно выполняет все упражнения, свободно передвигается в воде, считается успешно прошедшим адаптацию. Адаптация к занятиям плаванием включает три этапа: подготовительный; основной; итоговый. На



подготовительном этапе малышам, совместно с воспитателями, предлагаются знакомые потешки, сказки, стихи: «Водичка, водичка умой моё личико», «Дождик, дождик пуще», «Мойдодыр», «Кораблик» - помогающие настроиться на радостные водные процедуры, полюбить воду, преодолеть страх и боязнь и чувствовать себя в ней уверенно. Чтобы иметь представление о бассейне, воспитатели приводят малышей на экскурсию, в процессе которой они знакомятся с раздевалками, душевыми, оборудованием и игрушками. Приглашаем посетить занятия в старших группах. Дети видят положительные эмоции старших детей, занимающихся в бассейне, таким образом, снимается напряжённость, появляется желание самим попробовать. Основной этап адаптации, практический, состоит из нескольких частей: привыкание, освоение воды, освоение умений. Привыкание к воде происходит через приспособление к её свойствам. Повышают активность ребёнка в период адаптации к новой среде такие игры, как «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Лодочки плывут», различные варианты ходьбы, бега, и прыжков. Полученный в процессе привыкания к воде опыт используется для того, чтобы постепенно освоить водную среду. Дети должны понимать, что свойства воды требуют от человека спокойных движений. На первых занятиях особое внимание уделяется равновесию в воде. Восстанавливать его приходится после каждого прыжка, погружения или упражнения. Успешное овладение плавательными навыками осуществляется через ролевые игры и сравнения. Такие приёмы особенно необходимы для детей, так как страх перед водой у них закреплён на подсознании. Образные сравнения помогают при выполнении упражнений «Рыбки в воде», «Уточки моют носик» и т.д. Ролевые игры дают возможность раскрепоститься и создают положительный настрой. И обязательно нужно подбадривать малыша, это придаёт ему уверенности для выполнения более сложных заданий. Итоговый этап адаптации направлен на закрепление и совершенствование навыков передвижения в

воде, на приобретение большей самостоятельности, активности, уверенности. Индивидуальные упражнения сочетают с коллективными играми и упражнениями: «Найди себе пару», «Найди свой домик» и т.д.

Необходимые условия успешной адаптации к водной среде:

- создание атмосферы спокойствия и доброжелательности;
- создание в бассейне радостной привлекательной обстановки, с красочными атрибутами и игрушками;
- использование ритуала приветствия и прощания с водичкой;
- игры с детьми на мелководье, включая все виды ходьбы и бега в воде и несложные прыжки.

При соблюдении этих условий, к середине учебного года можно добиться положительных результатов по адаптации детей к воде.

### **III. Организационный раздел**

#### **3.1. Материально – техническое обеспечение основной образовательной программы дошкольного образования**

Развивающая предметно-пространственная среда в бассейне содержательна, насыщена, трансформируема, доступная и безопасная.

##### **Методические материалы и средства обучения:**

- Нестандартное оборудование для ОРУ и игр с водой
- Плавательные доски
- Плавающие игрушки, предметы разных форм и размеров
- Тонущие игрушки и предметы разных форм и размеров
- Надувные круги разных размеров
- Нарукавники
- Разделительная дорожка
- Мячи разных размеров
- Обручи плавающие и с грузом
- Шест
- Жилет спасательный
- Корзины надувные для метания
- Гимнастические обручи
- Поплавки цветные (флажки)
- Коврики массажные
- Плакаты «Правила поведения на воде», «Правила поведения в бассейне»
- Иллюстрации с изображением водных видов спорта
- Картинки с изображением морских животных
- Картинки, схемы, фотографии, иллюстрирующие различные способы и стили плавания
- Фонотека записей музыкальных произведений для проведения комплексов упражнений в воде и в зале «сухого плавания»
- Карточка игр и упражнений на воде для каждой возрастной группы

- Комплексы дыхательных упражнений
- Подборка стихов, потешек, загадок о воде, плавании.

### 3.2. Режим дня

Основой здорового образа жизни и полноценного развития детей в ДОО является режим дня. Продуманная организация питания, сна, содержательной деятельности каждого ребенка обеспечивает его хорошее самочувствие и активность, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В детском саду разработан режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь детской деятельности в детском саду.

Режим дня, включающий непосредственно образовательную деятельность по плаванию, предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение общеобразовательной деятельности, приема пищи, сна, всех других форм физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы. Обязательно учитывается время приема пищи. Непосредственно образовательная деятельность по плаванию должна проходить не ранее чем через 40 мин после еды.

Обучение плаванию проходит в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию. Группы делят на подгруппы в зависимости от возраста детей и от конкретных условий.

Исходя из климатических особенностей нашего региона, организация режима пребывания воспитанников в ДОО представляет собой режимы дня: в холодный период (таблица 1) и в теплый период (таблица 2).

**Режим дня воспитанников детского сада 41 (от 2 до 7 лет)  
(холодный период)**

Группы Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Старшая группа компенсирующей направленности	Подготовительная к школе группа
Утренний прием, осмотр, общение, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.40
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку. Завтрак.	8.10-8.40	8.15-8.45	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50	8.40-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение	8.40-9.20	8:45-9.00	8.50-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00	-
Непосредственно образовательная деятельность, дополнительное образование	9.20-10.05	9:10-10:05	9:10-9:30 10:20-10:40	9.00-11.00	9.00-11.25	9.00-11.05
Игры, самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке. Прогулка, наблюдения, труд, общение по интересам.	10.05-11.25	10.05-11.35	10.40-12.00	11.00-12.20	11.25-12.30	11.05-12.45
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду. Обед	11.25-11.55	11.35-12.05	12.00-12.30	12.20-12.50	12.30-13.00	12.45-13.15
Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну, сон	11.55-15.00	12.05-15.00	12.30-15.05	12.50-15.10	13.00-15.10	13.20-15.15
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.05-15.20	15.10-15.25	15.10-15.25	15.15-15.30
Полдник	15.15-15.30	15.15-15.25	15.20-15.30	15.25-15.35	15.25-15.35	15.30-15.40

Самостоятельная деятельность детей. /Организованная совместная образовательная деятельность взрослого и детей (кружки, занятия со специалистами). /Сюжетно-ролевые, творческие и дидактические игры.	15.30-16.15	15.25-16.25	15.30-16.30	15.35-16.40	15.35-16.40	15.40-16.45
Подготовка к ужину, ужин	16.15-16.45	16.25-16.55	16.30-17.00	16.40-17.10	16.40-17.10	16.45-17.15
Чтение литературы, игры, досуги, общение и деятельность по интересам / Самостоятельная деятельность детей	16.45-17.15	16.55-17.35	17:00-17:40	17.10-17.50	17.10-17.50	17.15-17.50
Подготовка к прогулке, прогулка	17.15-19.00	17.35-19.00	17:40-19:00	17.50-19.00	17.50-19.00	17.50-19.00
Уход домой	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00

Таблица 2

**Режим дня воспитанников детского сада 41 (от 2 до 7 лет)  
(теплый период)**

Группы Режимные моменты	1-младшая группа	2-младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Старшая группа компенсирующей направленности	Подготовительная к школе группа
Утренний прием, осмотр, общение, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.40
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку Завтрак	8.10-8.40	8.15-8.45	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50	8.40-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение	8.40-9.40	8.45-9.40	8.50-9.40	8.50-9.40	8.50-9.40	9.00-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд, общение по интересам)	9.40-11.25	9.40-11.35	9.40-12.00	9.40-12.20	9.40-12.25	9.40-12.30
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	11.25-11.55	11.35-12.05	12.00-12.30	12.20-12.50	12.25-13.00	12.30-13.15

Гигиенические процедуры Подготовка ко сну, сон	11.55-15.00	12.05-15.00	12.30-15.05	15.50-15.10	13.00-15.10	3.20-15.15
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.05-15.20	15.10-15.25	15.10-15.25	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.15-15.25	15.20-15.30	15.25-15.35	15.25-15.35	15.30-15.40
Подготовка к прогулке, прогулка	15.30-16.25	15.25-16.30	15.30-16.35	15.35-16.40	15.35-16.40	15.40-16.45
Подготовка к ужину, ужин	16.25-16.55	16.30-17.00	16.35-17.05	16.40-17.10	16.40-17.10	16.45-17.15
Самостоятельная игровая деятельность, инд. работа, свободное общение. Прогулка.	16.55-19.00	17.00-19.00	17.05-19.00	17.10-19.00	17.10-19.00	17.15-19.00
Уход домой	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00



### 3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

В основу реализации комплексно-тематического принципа построения рабочей программы положен примерный перечень событий (праздников), который обеспечивает:

- «проживание» ребенком содержания дошкольного образования во всех видах детской деятельности;
- социально-личностную ориентированность и мотивацию всех видов детской деятельности в ходе подготовки и проведения праздников;
- поддержание эмоционально - положительного настроения ребенка в течение всего периода освоения программы.

Задача инструктора наполнить ежедневную жизнь детей увлекательными и полезными делами, создать атмосферу радости общения, коллективного творчества, стремления к новым задачам и перспективам. В конце месяца в каждой группе проводится развлечение, которое направлено на закрепление полученных знаний и умений. Два раза в год (декабрь, май) проходят праздники на воде для детей старшего дошкольного возраста.

Месяц	Мероприятие	Группы
Октябрь	Развлечение «В гости к уточке»	Младшие группы
Ноябрь	Развлечение «Приключение Колобка»	Средние группы
Декабрь	Праздник «Встреча Нептуна с Зимой»	Старшие группы Подготовительная группа

Январь	Развлечение «Морское веселье»	Старшие группы
Февраль	Развлечение «Сказочное болото»	Подготовительная группа
Март	Открытое занятие для родителей	Старшие группы
Апрель	«Праздник «Путешествие на планету Здоровья»	Старшие группы Подготовительная группа

### **3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Состояние развивающей предметно-пространственной среды в бассейне соответствует санитарным нормам и правилам и проектируется на основе:

- реализуемой в детском саду образовательной программы дошкольного образования;
- требований нормативных документов;
- материальных условий;
- общих принципах построения предметно-развивающей среды.

Все базисные компоненты развивающей предметной среды включают оптимальные условия для полноценного физического, эстетического, познавательного и социального развития детей.

Развивающая предметно-пространственная среда в ДОО позволяет детям в соответствии со своими интересами и желаниями свободно заниматься одновременно разными видами деятельности, она обеспечивает реализацию образовательного потенциала пространства бассейна и является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной. В состав бассейна входят зал с чашей для воды, раздевалка с выделенной зоной для раздевания мальчиков и девочек, душевая, туалет, технические помещения, связанные с обслуживанием бассейна. Насыщенность среды бассейна соответствует возрастным возможностям детей и содержанию рабочей программы инструктора по физкультуре (плавание). Пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем. Использование разнообразных пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений в воде, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на

физическое развитие и на состояние здоровья ребенка. Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря в бассейне обеспечивает:

- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Развивающая среда бассейна делится на развивающую среду сухого зала и развивающую среду чашу бассейна. Материалы и оборудование сухого зала используются для общеразвивающих упражнений перед проведением непосредственно образовательной деятельности по плаванию и представлены различными массажными дорожками, массажными мячами, пластмассовыми кольцами, ленточками, платочками. Зал с чашей для воды оснащен необходимым оборудованием, инвентарем, соответствует возрастным особенностям детей дошкольного возраста, что позволяет развивать способности, овладевать навыками и умениями в плавании. Здесь находятся коврики, дорожки, игрушки пластмассовые и резиновые, связанные с жизнедеятельностью окружающего мира («черепашка», «осьминог», «дельфин», «лягушка»), надувные игрушки, обручи пластмассовые для ныряния, игрушки для доставания со дна, кораблики большие и маленькие, «нарукавники», пенопластовые доски, корзины для предметов, ласты, мячи, надувные круги. Нестандартное оборудование представлено разнообразными предметами: пластмассовые шарики, камушки, завернутые в фольгу, разделительные дорожки из шариков, дорожка из обручей - большого, среднего и малого диаметра, обруч на подставке для ныряния, пластмассовая палка с шариком на конце, сетка для игр. Водная среда предоставляет условия для игрового обучения плаванию, развития моторных функций и координации ребенка. В каждой возрастной группе решаются определенные задачи, поэтому в зависимости

от поставленных задач возможно изменять (трансформировать) наполнение пространства игрушками и пособиями. Внесение разнообразного игрового материала, спортивного инвентаря позволяет изучать различные свойства воды, предметов (не тонет, плавает). Вариативность предметно-пространственной среды дает возможность детям играть, развивает у детей познавательный интерес, дети сами придумывают новые движения в воде с игровым материалом и свободно плавать. Непосредственно на бортике бассейна размещаются плавательные доски, надувные круги и игрушки (в зависимости от тематики занятий). Все оборудование находится в зоне доступности ребенка. В бассейне создана безопасная среда: тщательно продуманы, распределены и установлены оборудование и инвентарь для удобства и комфортного пребывания детей в бассейне. С детьми регулярно проводятся инструктажи по технике безопасности.

### **Санитарно-гигиенические условия проведения НОД**

При проведении непосредственно образовательной деятельности осуществляется медико-педагогический контроль над воспитанием и здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических особенностей. Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию проводятся в соответствии СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013 г. и включают следующее:

- освещенные и проветриваемые помещения;
- смена воды по графику;
- текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
- дезинфекция ванны при каждом спуске воды;
- анализ качества воды и дезинфекции помещений и оборудования контролируется Роспотребнадзором.

## Санитарные нормы температурного режима в бассейне, параметры набора воды в каждой возрастной группе.

Возрастная группа	Температура воды (0С)	Температура воздуха (0С)	Глубина (м)
Первая младшая	+ 30...+32 0С	+26... +28 0С	0,4 -0,5
Вторая младшая	+ 30... +320С	+26... +280С	0,4-0,5
Средняя	+ 28... +290С	+24... +280С	0,7-0,8
Старшая	+ 27... +280С	+24... +280С	0,8
Подготовительная к школе группа	+ 27... +280С	+24... +280С	0,8

## Режим реализации рабочей программы инструктора по физической культуре (плавание)

Направления развития ребенка	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
	1,5-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
	Продолжительность НОД (в мин.)				
Физическое развитие (плавание)	8-10	15	20	25	30
	Количество НОД				
	1	1	1	1	1

### Обеспечение безопасности занятий по плаванию

Для предупреждения травматизма необходимо соблюдать следующие требования и правила:

1. Место для занятий должно быть безопасным.
2. Спуск в бассейн осуществляется по лестнице с поручнями; ступеньки покрыты резиновым ковриком.

3. Переход из душевой в чашу бассейна по резиновым коврикам.
4. Инструктор поддерживает на занятии строгую дисциплину, требуя от детей выполнения правил безопасного поведения на воде (не кричать, не толкаться, не прыгать на бортик и др.)
5. Инструктор обязан находиться в воде с детьми младшего и среднего возраста. Начиная со старшей группы, педагог может находиться за бортиком, при этом обязан держать всех детей в поле зрения, быть готовым, в случае необходимости, оказать ребенку помощь.
6. Необходимо соблюдать температурный режим воды.
7. Инструктор обязан научить детей пользоваться поддерживающими средствами; добиваться осознанного выполнения правил поведения на воде.

## Методическое обеспечение рабочей программы

1. Большакова И. А. Маленький дельфин: пособие для инструкторов по плаванию, педагогов дошкольных учреждений / И.А.Большакова. - М.: Аркти-Кудиц, 2005. – 24 с.
2. «Игры и развлечения на воде» методические рекомендации, Москва 1980
3. Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е издание, М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,
4. Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Богина Т. Л. «Обучение плаванию в детском саду». -М., Просвещение, 1991 г.
5. Осокина Т.И «Как научить детей плавать», методическое пособие, Москва «Просвещение», 1988 г.
6. Пищикова Н. Г. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. -М., 2008 г.
7. Протченко Т. А., Семенов Ю. А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников [Текст]: методическое пособие / Т. А. Протченко, Ю .А.Семенов. – М.: Айрис - дидактика, 2003. – 80 с.
8. Рыбак, М. В. Программа «Морская звезда» [Текст]: учеб.-метод. комплекс для проведения кружковых занятий с детьми ст. дошк. возраста в плавательном бассейне / М. В. Рыбак. – М.: ТЦ Сфера, 2012. –64 с.



**Комплексно-тематическое планирование образовательной деятельности по обучению плаванию детей  
средней группы**

№ п/п	Тема	Задачи:	Кол-во НОД
1	«Невод»	1. Напомнить детям о правилах поведения в бассейне. 2. Ознакомить их с разными способами плавания — кроль на груди и на спине (показать картинки). 3. Учить уверенно входить в воду, погружаться с головой.	1
2	«Мы веселые ребята»	1. Учить детей уверенно погружаться в воду с головой. 2. Упражнять в ходьбе вперед и назад (глубина по грудь), преодолевая сопротивление воды. 3. Учить действовать организованно, не толкать друг друга.	1
3	«Сердитая рыбка»	1. Учить детей, войдя в воду, самостоятельно погружаться с головой. 2. Упражнять в передвижениях парами, держась за руки; воспитывать смелость.	1

4	«Найди себе пару»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить детей не бояться погружаться в воду, не вытирать лицо руками после погружения в воду с головой.</li> <li>2. Упражнять в умении выполнять выдох в воду.</li> <li>3. Совершенствовать умение лежать на поверхности воды.</li> <li>4. Активизировать внимание детей.</li> </ol>	1
5	«Найди пару»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать закреплять учить детей не бояться погружаться в воду, не вытирать лицо руками после погружения в воду с головой.</li> <li>2. Учить в умении выполнять выдох в воду.</li> <li>3. Учить умению лежать на поверхности воды.</li> <li>4. Активизировать внимание детей.</li> </ol>	1
6	«Бегом за мячом»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить детей делать выдох в воду, открывать глаза в воде.</li> <li>2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде.</li> </ol>	1
7	«Волшебный мячик»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять учить детей делать выдох в воду, открывать глаза в воде.</li> <li>2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде.</li> </ol>	1

8	«Медвежонок Умка и рыбки»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать формировать умение делать глубокий вдох и продолжительный полный выдох.</li> <li>2. Подготавливать к выполнению скольжения на груди.</li> <li>3. Разучивать движения ногами.</li> </ol>	1
9	«Медвежонок и рыбка»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять формировать умение делать глубокий вдох и продолжительный полный выдох.</li> <li>2. Учить выполнению скольжения на груди.</li> <li>3. Учить движению ногами.</li> </ol>	1
10	«Жучок-паучок»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить передвигаться и ориентироваться под водой, лежать на воде, осваивать движение ног кролем.</li> <li>2. Воспитывать у детей инициативу и находчивость.</li> </ol>	1
11	«Жучок»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить передвигаться и ориентироваться под водой, лежать на воде, осваивать движение ног кролем.</li> <li>2. Воспитывать у детей инициативу и находчивость.</li> </ol>	1
12	«Караси и щука»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить детей лежать на поверхности воды, двигаться в воде прямо, боком.</li> <li>2. Ознакомить с движениями ног в скольжении.</li> </ol>	1

		3. Отрабатывать согласованность действий.	
<b>13</b>	<b>«Караси»</b>	<p>1. Продолжать учить детей лежать на поверхности воды, двигаться в воде прямо, боком.</p> <p>2. Учить движениями ног в скольжении.</p> <p>3. Отрабатывать согласованность действий.</p>	1
<b>14</b>	<b>«На буксире»</b>	<p>1. Учить детей выполнять скольжение, продолжать закреплять умения погружаться в воду с головой, открывать глаза, двигаться в воде в разных направлениях, не мешая друг другу.</p> <p>2. Учить внимательно слушать педагога, быстро, организованно действовать по сигналу.</p>	1
<b>15</b>	<b>«Буксир»</b>	<p>1. Продолжать учить детей выполнять скольжение, продолжать закреплять умения погружаться в воду с головой, открывать глаза, двигаться в воде в разных направлениях, не мешая друг другу.</p> <p>2. Продолжать учить внимательно слушать педагога, быстро, организованно действовать по сигналу.</p>	1

16	«Хоровод»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить детей скольжению на груди.</li> <li>2. Ознакомить со скольжением на спине.</li> <li>3. Упражнять в выполнении выдоха в воду при горизонтальном положении тела.</li> <li>4. Воспитывать организованность.</li> </ol>	1
17	«Дружный хоровод»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять свободно скольжению на груди.</li> <li>2. Учить скольжению на спине.</li> <li>3. Учить выполнению выдоха в воду при горизонтальном положении тела.</li> <li>4. Воспитывать организованность.</li> </ol>	1
18	«Поезд в туннель!»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять умение свободно лежать на воде, всплывать.</li> <li>2. Учить <b>выдоху</b> в воду во время скольжения на груди.</li> <li>3. Воспитывать смелость, настойчивость.</li> </ol>	1
19	«Поезд в страну дружбы»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать закреплять умению свободно лежать на <b>воде, всплывать.</b></li> <li>2. Продолжать учить выдоху в воду во время скольжения на груди.</li> <li>3. Воспитывать смелость, <b>настойчивость.</b></li> </ol>	1

20	«Оса»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить детей всплывать и лежать на спине.</li> <li>2. Подготавливать к разучиванию движений руками.</li> <li>3. Учить ориентироваться во время движения в воде.</li> </ol>	1
21	«Волшебные осы»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить детей всплывать и лежать на спине.</li> <li>2. Учить движению руками.</li> <li>3. Продолжать учить ориентироваться во время движения в воде.</li> </ol>	1
22	«Медуза»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ознакомить детей со скольжением на груди с выдохом в воду.</li> <li>2. Отрабатывать движения прямыми ногами, как при способе кроль.</li> <li>3. Формировать навыки лежания на спине.</li> <li>4. Воспитывать смелость.</li> </ol>	1
23	«Волшебная медуза»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить детей со скольжением на груди с выдохом в воду.</li> <li>2. Учить движения прямыми ногами, как при способе кроль.</li> <li>3. Формировать навыки лежания на спине.</li> <li>4. Воспитывать смелость.</li> </ol>	1
24	«Водолазы»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разучивать скольжение на спине.</li> </ol>	

		<p>2. Ознакомиться с движением ног лежа на спине.</p> <p>3. Держась за поручень; приучать действовать по сигналу.</p>	1
25	«Морские водолазы»	<p>1. Учить скольжение на спине.</p> <p>2. Учить движением ног лежа на спине.</p> <p>3. Продолжать учить держась за поручень; учить действовать по сигналу.</p>	1
26	«Смелые ребята»	<p>1. Упражнять детей в скольжении (отталкиваясь от стенки бассейна).</p> <p>2. Ознакомить с сочетанием вдоха и выдоха в воду в горизонтальном положении.</p> <p>3. Формировать умение скользить на спине.</p> <p>4. Воспитывать самостоятельность, смелость.</p>	1
27	«Ловкие ребята»	<p>1. Учить детей в скольжении (отталкиваясь от стенки бассейна).</p> <p>2. Учить с сочетанием вдоха и выдоха в воду в горизонтальном положении.</p> <p>3. Формировать умение скользить на спине.</p> <p>4. Воспитывать самостоятельность, смелость.</p>	1
28	«Щука»	<p>1. Закреплять навык открывания глаз в воде.</p> <p>2. Показать детям скольжение с доской или игрушкой в руках.</p> <p>3. Учить во время скольжения совершать выдох в воду.</p>	1

		4. Развивать ориентировку в воде и самостоятельность действий.	
29	«Катание на кругах»	1. Разучивать движения ногами в скольжении на груди с предметом в руках. 2. Учить передвижению по дну с выполнением гребков руками. 3. Учить помогать товарищам.	1
30	«Море волнуется»	1. Разучивать согласование движений ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте. 2. Учить детей скольжению на груди с движениями ног. 3. Совершенствовать умение скользить на спине, согласовывать действия.	1
31	«Море шумит»	1. Учить согласование движений ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте. 2. Продолжать учить детей скольжению на груди с движениями ног. 3. Совершенствовать умение скользить на спине, согласовывать действия.	1
32	«Фонтан»	1. Учить детей плавать на груди. 2. С предметом в руках при помощи движений ног. 3. Упражняться в скольжении на спине. 4. Воспитывать ловкость, смелость и ориентировку в воде.	1



33	«Зеркальце»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ознакомить детей с упражнениями в скольжении на груди с движениями ног в сочетании с выдохом и вдохом.</li> <li>2. Опробовать скольжение с гребковыми движениями рук.</li> <li>3. Достигать ритмичных непрерывных движений ногами.</li> <li>4. Учить детей правильно оценивать свои достижения.</li> </ol>	1
----	-------------	--	---

**Итого**

**33**

